





دانشگاه علوم پزشکی قزوین

دانشکده پرستاری و مامایی قزوین

پایان نامه جهت دریافت درجه کارشناسی ارشد در رشته روانپرستاری

عنوان:

بررسی تاثیر مداخله آموزشی بر سبک زندگی ارتقاء دهنده سلامت در همسران جانبازان مبتلا به اختلال استرس پس

از سانحه در شهرستان گرگان

استاد راهنما:

آقای دکتر محمدرضا شیخی

اساتید مشاور:

آقای دکتر عیسی محمدی زیدی

آقای محمدابراهیم ساریچلو

استاد مشاور آمار:

آقای دکتر محمود علیپور حیدری

دانشجو :

عادلہ صادقلو

شهریور ۱۳۹۶

عنوان: بررسی تاثیر مداخله آموزشی بر سبک زندگی ارتقاء دهنده سلامت در همسران جانبازان مبتلا به اختلال

استرس پس از سانحه در شهرستان گرگان

چکیده :

زمینه: مراقبت از جانبازان مبتلا به اختلال استرس پس از سانحه بر کیفیت و سبک زندگی افراد مراقبت کننده، خصوصاً همسران جانبازان آثار منفی جسمی، روحی و روانی به همراه دارد.

هدف: این مطالعه با هدف تعیین تاثیر برنامه آموزشی بر سبک زندگی ارتقاء دهنده سلامت در همسران جانبازان مبتلا به اختلال استرس پس از سانحه در حد فاصل آذرماه سال ۱۳۹۵ الی اردیبهشت ماه سال ۱۳۹۶ در شهرستان گرگان انجام شد.

روش کار: پژوهش حاضر از نوع مطالعه شبه تجربی شاهددار با ارزشیابی قبل و بعد بود. با استفاده از روش نمونه‌گیری مبتنی بر هدف، ۶۳ نفر از همسران جانبازان مبتلا به اختلال استرس پس از سانحه که تحت پوشش بنیاد شهید و امور ایثارگران شهرستان گرگان بودند، در قالب دو گروه آزمون (۳۰ نفر) و شاهد (۳۳ نفر) در یک مطالعه شبه تجربی شرکت کردند. برنامه آموزشی مشتمل بر هشت جلسه ۴۵-۶۰ دقیقه‌ای به مدت هشت هفته در گروه تجربی اجرا شد. چک لیست اطلاعات دموگرافیک و پرسشنامه استاندارد سبک زندگی ارتقاء دهنده سلامت به منظور گردآوری داده‌های مرتبط با سبک زندگی ارتقاء دهنده سلامتی استفاده شد. داده‌ها با استفاده از نرم افزار SPSS ویرایش ۲۱ و آمار توصیفی و آزمون‌های آنالیز واریانس یک طرفه، کای اسکور، تی مستقل و زوجی تجزیه و تحلیل شدند.

یافته‌ها: نتایج این مطالعه نشان داد میانگین نمره کل سبک زندگی ارتقاء دهنده سلامت و همچنین در حیطه‌های فعالیت فیزیکی، مدیریت استرس، مسئولیت‌پذیری در قبال سلامتی و رشد معنوی در گروه آزمون پس از اجرای مداخله در قیاس با گروه شاهد به طور معنی‌داری افزایش یافته است ($P < 0/05$) و نمره سبک زندگی ارتقاء دهنده سلامت از ۱۱۲/۹۳ به ۱۲۲/۵۲ افزایش یافت و این در حالی بود که در حیطه‌های تغذیه و روابط بین فردی تغییر معنی‌دار نبود ($P > 0/05$).

نتیجه گیری: براساس نتایج این مطالعه اجرای مداخلات آموزشی قادر به بهبود سبک زندگی و رفتارهای ارتقاء دهنده سلامتی در همسران جانبازان مبتلا به اختلال استرس پس از سانحه می باشد. بنابراین، تمرکز بر آموزش بعنوان بخشی از برنامه‌های ارتقاء دهنده سلامت و مراقبتی در بهبود سبک زندگی مراقب توصیه می‌گردد.

کلید واژه‌ها: اختلال استرس پس از سانحه، سبک زندگی، ارتقاء سلامت، آموزش، جانباز.